

# 10月

児童・高齢者総合施設  
グランチャ東雲

60歳以上の方対象

## 教養・ボランティア・交流 オープンプログラム

申込みが必要なプログラムもあります。  
開始時刻10分前にお集まりください。  
定員を超えた場合、先着順または抽選となります。  
※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。

### 10月のイベント

10月19日(土)  
第9回ふるさとチャリティー秋祭り  
11:30~14:00  
グランチャ東雲・こども園園庭にて

**ハロウィンクラフト**  
オリジナルの仮装マントなどを作ります♪  
【日時】10月9日(水)・13日(日) 14:30~16:00  
10月26日(土) 10:30~12:00  
※グランチャファクトリーでもハロウィンクラフトを開催します!  
【対象】60歳以上のグランチャカードをお持ちの方  
【場所】3階 交流室 【定員】15組 【費用】無料

グランチャ東雲  
〒135-0062  
江東区東雲1-9-46  
TEL: 03-5548-1992  
FAX: 03-5548-1995  
http://tokyo.ymca.or.jp/grancha

**グランチャギャラリー**《作品募集中!》  
10/5(土)~11/8(金)  
対象: 60歳以上・親子(小3まで)  
場所: 4階ラウンジ  
費用: 無料  
作品受付: 10/3(木)まで  
出展していただける方は、3階受付までお申し出ください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	2 レクリエーションタイム 13:30~14:30 4階 工作室 むかしあそび 15:00~16:00 3階 交流室	3 まなびや 10:00~11:00 4階 工作室 わいわいおしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室 カラオケアワー♪ 13:15~16:00 5階 大広間	4 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	5 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 14:30~16:00 3階 交流室
6	7	8 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室	9 男の台所 10:00~13:00 4階 調理室 女性限定! 昼食会 12:00~12:30 4階 調理室 ハロウィンクラフト 14:30~16:00 3階 交流室	10 わいわいおしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室 カラオケアワー♪ 13:15~16:00 5階 大広間	11 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 14:30~16:00 3階 交流室	12
13	14 体育の日	15 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	16 よつばくらぶ 14:45~16:00 3階 交流室	17 わいわいおしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室	18	19 第9回ふるさと チャリティー秋祭り 11:30~14:00 グランチャ東雲 3・4階 こども園園庭
20 休館日	21	22 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室 歌とお喋りと楽しい時間♪ 14:15~15:30 4階 レクリエーションルーム	23 グランマキッチン 10:00~13:00 4階 調理室	24 わいわいおしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室 カラオケアワー♪ 13:15~16:00 5階 大広間	25 ハッピーバースデイ 11:00~11:45 3階 交流室 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 14:30~16:00 3階 交流室	26 ハロウィンクラフト 10:30~12:00 3階 交流室
27 ネイチャークラブ 13:30~14:30 3階 交流室・屋上庭園	28	29	30	31 わいわいおしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室 カラオケアワー♪ 13:15~16:00 5階 大広間		

10月の休館日: 20日

※各プログラムの詳細はチラシ裏面をご覧ください。

# 10月教養・ボランティア・交流オープンプログラム

## 事前申込のプログラム

### 男の台所 〈お申込は3階受付まで〉

10/9(水) 10:00~13:00

◆申込期間 9/11(水)~10/8(火) (先着順)

対象:60歳以上 男性 場所:4階 調理室

定員:16名 費用:600円 持ち物:エプロン・三角巾

講師の先生はいません!皆さんと協力して  
男ならではのこだわりの料理を作りましょう♪

### 女性限定! 昼食会 〈お申込は3階受付まで〉

10/9(水) 12:00~12:30

◆申込期間 9/11(水)~10/8(火) (先着順)

対象:女性 場所:4階 調理室 定員:8名 費用:600円

男の台所で作るご飯を一緒に食べませんか?

### グランマキッチン 〈お申込は3階受付まで〉

10/23(水) 10:00~13:00

◆申込期間 9/25(水)~10/22(火) (先着順)

対象:60歳以上 場所:4階 調理室 定員:16名

費用:600円 持ち物:エプロン・三角巾

講師の先生はいません!毎月テーマを決めて料理を作ります!  
女性の皆さんだけで、美味しいひと時を楽しみましょう♪

### まなびや 「縫わないがま口で作るカードケース」

初心者の方も安心してご参加いただけます♪

お申し込みは3階受付にて承ります。

10/3(木) 10:00~11:00

対象:60歳以上 場所:4階 工作室

定員:16名(先着順) 費用:1500円

毎月一回、様々なテーマで講師の方をお呼びし、体験やお話が聞けます。  
※詳細は別紙にてご確認ください。

## 教養プログラム

対象:60歳以上

### レクリエーションタイム

10/2(水) 13:30~14:30

場所:4階 工作室 定員:12名 費用:100円

誰でも簡単に楽しめる手遊びやテーブルゲームなどをします♪

### わいわいおしゃべりサロン

10/3、10、17、24、31(木) 10:00~11:30

場所:3階 交流室 定員:20名 費用:100円/1回

週に1度のお茶飲み会。わいわいお喋りすることで気持ちもスッキリ。  
ホッと一息、一緒にいかがですか?

### カラオケアワー♪ 歌いたい方は13:15より抽選

10/3、10、24、31(木) 13:15~16:00

場所:5階 大広間 定員:32名

費用:いこいフロア利用料(300円)がかかります。

カラオケを皆さんで楽しむ時間です。

### 歌とお喋りと楽しい時間♪

10/22(火) 14:15~15:30

場所:4階 レクリエーションルーム 定員:70名 費用:200円

懐かしい歌を中心にピアノの生伴奏に合わせて皆で歌い、お喋りやゲームをして  
楽しい時間を過ごしませんか?お友達を誘って、ぜひご参加ください♪

## ボランティアプログラム

対象:グランチャカードをお持ちの方

### 楽しい絵本の時間

10/1、15(火)

15:00~15:30

10/4(金)

15:00~15:30

場所:3階 交流室

絵本大好き!子ども大好き!  
という方、大募集です。

### ボランティアアワー

10/1、8、15、22(火) 10:00~12:00

場所:3階 交流室 定員:20名

10/1 イベントで使うプレゼントを作ります。

10/8 おもちゃの掃除などをします。

10/15 イベントで使うプレゼントを作ります。

10/22 子どもと工作や手遊びを通して遊びます!

グランチャで行うボランティア活動です!  
一度遊びに来てください♪

## 交流プログラム

対象:60歳以上、

0歳~小学3年生までの子どもとその保護者

### 自由工作広場~グランチャファクトリー~

●10/5(土) 14:30~16:00 ●10/11、25(金) 14:30~16:00

場所:3階 交流室 定員:30組程度 費用:無料

リサイクル素材を使って自由工作ができます!子どもたちと一緒に工作を楽しみませんか?

### ハッピーバースデイ

10/25(金) 11:00~11:45

場所:3階 交流室

定員:15組(先着順) 費用:無料

受付:10:50より受付を開始いたします。

(途中参加は会場の都合上、承れない場合がございます)  
記念撮影をして、手形をとります。

10月生まれの方、ぜひご参加ください!

### よつばくらぶ

10/16(水) 《60歳以上の方》14:45~16:00 《親子》15:15~16:00

場所:3階 交流室 定員:60歳以上10名・親子10組 費用:無料

指先を使うことで、脳への刺激も期待できます。

親子の時間では折り紙のレクチャーをしてもらい世代間交流も楽しみましょう!

### ネイチャークラブ

10/27(日) 13:30~14:30

対象:60歳以上・0歳~小学3年生までの子どもとその保護者

場所:3階 交流室・屋上庭園 定員:20名 費用:無料

都会の真ん中で少しでも自然に触れてみませんか?

野菜やお花、お魚たちを育てましょう!